

# Thuis met uw baby: tips en adviezen

Wanneer uw kind zover hersteld is dat het geen intensieve zorg meer nodig heeft, wordt het overgeplaatst naar de High Care of Medium Care afdeling van het MUMC+. Dit kan ook naar de couveuseafdeling van een ziekenhuis in uw directe woonomgeving. Vaak kost het enige tijd om vertrouwd te raken in het nieuwe ziekenhuis.

Als de tijd is aangebroken dat uw kindje naar huis mag, bereidt de verpleegkundige u voor op dit ontslag en zorgt ervoor dat u uw kindje zelfstandig kan verzorgen. Op dit informatieblad krijgt u tips en adviezen voor het verzorgen van uw baby wanneer u zich weer in uw thuissituatie bevindt.



### **Vast levensritme**

Geef op vaste tijden uw kind voeding. Houdt ook een regelmatig slaapritme aan.

### **Temperatuur**

Houd de temperatuur in de kamer waarin uw kind zich bevindt tussen de 18°C en 20°C. Daarnaast is het belangrijk dat u de eerste dagen thuis de temperatuur van uw kind goed in de gaten houdt. Een temperatuur tussen de 36.7 en 37.4 graden is goed. Is de temperatuur van uw kind aan de hoge kant? Haal dan een dekentje weg of kleeft uw kind minder warm. Is de temperatuur aan de lage kant? Leg dan een kruik of extra deken in bed.

### **Voeding**

Als uw kind naar huis gaat, krijgt het meestal 7 voedingen. In geval van borstvoeding streven wij naar minimaal 8 voedingen om de borstvoeding in het begin goed op gang te krijgen. Dit is met u besproken tijdens het ontslag.

#### *Borstvoeding*

Krijgt uw kind borstvoeding dan mag hij in principe drinken naar behoefte. Let er op dat uw kind  $\pm$  6 plasluiers per dag heeft. Een goede natte luier is zwaarder dan een schone luier. Zo weet u zeker dat het kind voldoende voeding heeft binnen gekregen. Een kind dat borstvoeding krijgt, heeft meestal zachte ontlasting. Het aantal vuile luiers hoort in de eerste zes weken 2 à 3 per dag te zijn. Daarna kan het variëren van één in de zes tot 10 dagen tot zeven luiers per dag.

Geef uw kind extra vitamine K en vitamine D zolang u uw kind volledig of meer dan de helft borstvoeding heeft. Vitamine D is goed voor de botontwikkeling en vitamine K is nodig voor de bloedstolling. Deze vitamines zijn in druppelvorm verkrijgbaar bij de drogist. U geeft de vitamines via een lepeltje of druppelt de vitamines rechtsreeks in het wangzakje van uw kind.

#### *Flesvoeding*

Geeft u uw kind flesvoeding, volg dan de instructies op de verpakking. Indien er veel kalk in het water zit, laat het dan 10 minuten koken. De fles mag maximaal 8 uur van te voren worden klaargemaakt. Vervolgens bewaart u het afgesloten in de koelkast. Uw kraamverzorgster kan u adviseren om de voeding per fles klaar te maken. Het opwarmen kan met een flessenwarmer, magnetron of au-bain-marie. Test altijd of de voeding de juiste temperatuur is, door bijvoorbeeld een druppel op de binnenkant van uw pols te laten vallen.

Vanzelfsprekend moeten de fles en de speen na gebruik goed schoongemaakt worden.

## Naar buiten

De baby mag buiten bij helder weer. Probeer mist en regen te vermijden. Zet de baby niet in de zon zonder parasol. Als u binnenkomt, kunt u het best de kleertjes weer uitdoen.

## Verzorgingstips

- Wassen, niet elke dag met zeep;
- gebruik bij een droge en schrale huid badolie of bodylotion;
- Smeer bij luierslag (rode billen), de plek dun in met babyzalf. Verschoon eventueel uw kind vaker.

## Slaaphouding

Laat uw kind op de rug slapen, draai hierbij afwisselend het hoofdje naar links of rechts.

## Huilen

Het is normaal dat uw baby regelmatig huilt. Probeer in eerste instantie een oorzaak te vinden voor het huilen en neem, indien mogelijk, deze oorzaak weg. Verder worden baby's door wiegen bijna altijd rustig. Oorzaken van het huilen kunnen zijn:

- honger;
- een vieze luier;
- een boertje, na de voeding;
- darmkrampjes; hierbij huilt uw kind hard en hardnekkig en is gespannen; contact zoeken;
- uw kind is uit zijn doen;
- overgang naar een ander voedingsritme of regeldagen bij borstvoeding;
- het is te warm of te koud.

## Prematurenbureau

Samen met het Maastricht UMC+ biedt de jeugdgezondheidszorg van Envida ook zorg vanuit het Prematurenbureau. Het team bestaat uit een neonatoloog, een jeugdarts, een jeugdverpleegkundige en doktersassistente jeugdgezondheidszorg. Deelname aan het prematurenbureau zal met u als ouders tijdens opname worden besproken door de neonatoloog.

## Contact

Hebt u nog vragen? Neem dan gerust contact op met de afdeling Neonatologie:

- [Telefoonnummer Intensive Care:](#) 043-3874205
- [Telefoonnummer High Care unit:](#) 043-3876205
- [Telefoonnummer Medium Care:](#) 043-3874209

*Odin 046010 / uitgave november 2017*

Bezoekadres  
P. Debyelaan 25  
6229 HX Maastricht

Postadres  
Postbus 5800  
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer  
043-387 65 43  
[www.mumc.nl](http://www.mumc.nl)